S&P 4HW

Hoofdstuk 7: Sociaal gedrag

Waarom help je de ene keer iemand, en kijk je de andere keer weg? Waarom doe je dingen die je eigenlijk niet wilt, alleen omdat de groep het doet, of omdat iemand met gezag het vraagt?

In dit hoofdstuk onderzoek je hoe mensen zich tegenover elkaar gedragen: helpen en toekijken, discrimineren en vooroordelen afbouwen, meedoen met de groep, gehoorzamen, en je laten beïnvloeden door influencers.

Wat moet je kunnen?

- ✓ De formule van Lewin uitleggen, en interne en externe factoren die gedrag beïnvloeden herkennen.
- ✓ Prosociaal en antisociaal gedrag onderscheiden, en het omstanderseffect en het omgekeerde omstanderseffect uitleggen.
- ✓ De sociale uitwisselingstheorie en de empathie-altruïsmehypothese uitleggen en herkennen.
- ✓ Discriminatie en seksisme uitleggen, met de drie componenten van een attitude en praktijktests.
- ✓ Racisme uitleggen, en de contacttheorie van Allport toepassen.
- ✓ Sociale normen en conformisme uitleggen, met het experiment van Asch.
- ✓ Gehoorzaamheid en de gevolgen van macht uitleggen, met het experiment van Milgram.
- ✓ De invloed van influencers op het zelfbeeld en het koopgedrag van jongeren kritisch bekijken.
- ✓ De afspraken van onderzoeksethiek uitleggen, toepassen op bekende experimenten en op een eigen onderzoek.

Inhoud

1. Les 1: Waarom gedragen we ons zo?
2. Les 2: Helpen, of toekijken?
3. Les 3: Waarom helpen we?
4. Les 4: Discriminatie en seksisme
5. Les 5: Racisme, en hoe het minder wordt
6. Les 6: De groep en de druk
7. Les 7: Gehoorzamen, en macht
8. Les 8: Influencers
9. Les 9: Mag dat wel? Ethiek in onderzoek

Vaktermen

Les 1: Waarom gedragen we ons zo?

Wat moet je kunnen?

- ✓ De formule van Lewin uitleggen en toepassen
- ✓ Interne en externe factoren herkennen die gedrag beïnvloeden

Wat denk jij?

Aan een druk kruispunt staat een oudere man met een wandelstok. Hij kijkt onzeker naar de auto's, en durft niet over te steken.

Vraag 1 **Hoe zou jij in deze situatie reageren? Vergelijk met je buur: reageren jullie hetzelfde?**

Persoon en omgeving

De Duits-Amerikaanse psycholoog Kurt Lewin vatte het samen in een eenvoudige formule.

> **DEFINITIE**
> De **formule van Lewin**: gedrag (G) is het resultaat van een wisselwerking tussen de **persoon** (P: zijn persoonlijkheid, zijn kenmerken) en de **omgeving** (O: de situatie): G = P × O.

Toegepast op de oudere man aan het kruispunt:

- **Omgeving**: een oudere man die wacht, druk verkeer, misschien andere voorbijgangers.
- **Persoon**: je vriendelijkheid, je behulpzaamheid, je respect voor zijn zelfstandigheid, je haast.
- **Gedrag**: je helpt hem oversteken, of je doet dat bewust niet, omdat je hem niet als hulpeloos wilt behandelen.

Het "maal" in de formule is belangrijk: het is geen optelsom. Een behulpzame persoon helpt niet in elke situatie, en in een noodsituatie helpt soms ook iemand die dat anders nooit zou doen.

Interne en externe factoren

Je kent veel van die factoren al uit de vorige hoofdstukken.

Interne factoren (in de persoon)	Externe factoren (in de omgeving)
motivatie (H3), emoties (H4), persoonlijkheid en temperament, zelfbeeld, kwetsbaarheid (H5)	opvoeding en onderwijs, media (H1), cultuur, groepsdruk (les 6), de situatie zelf

Een extreem voorbeeld van hoe beide samenspelen, zijn de **hikikomori** in Japan: jongeren en volwassenen die zich maanden of jaren in hun kamer opsluiten, en niet meer naar school of het werk gaan. Volgens schattingen van de Japanse overheid gaat het om meer dan een miljoen mensen.

In Japan is de druk om te presteren op school en op het werk heel groot. Wie opvalt, of faalt, brengt schande over zichzelf en zijn familie. Sommige hikikomori zijn heel gevoelig, en werden gepest of faalden voor een examen.

Vraag 2 **Welke interne en welke externe factoren kunnen het gedrag van hikikomori verklaren? Kun jij begrip opbrengen voor hun gedrag?**

Oefenen

Vraag 3 **Gaat het hier vooral om een interne of een externe factor?**

Kies uit: Externe factor · Interne factor

1. Na een ruzie met haar vriend is Lisa de hele dag kortaf tegen iedereen.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

2. In de jeugdbeweging leerde Arne dat je samen opruimt na een activiteit.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

3. Omdat hij een nieuwe gsm wil, werkt Mehdi elke zaterdag in een bakkerij.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

4. Een reclamecampagne overtuigt jongeren om minder suikerhoudende frisdrank te drinken.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

Les 2: Helpen, of toekijken?

Wat moet je kunnen?

- ✓ Sociaal, prosociaal en antisociaal gedrag van elkaar onderscheiden
- ✓ Uitleggen welke principes van sociale cognitie bepalen wie we helpen
- ✓ Het omstanderseffect en het omgekeerde omstanderseffect uitleggen

Wat denk jij?

Vraag 1 **Je zit in een volle tram. Een man zakt plots in elkaar. Niemand reageert meteen. Wat zou jij doen? En als je alleen met hem in de tram zat?**

Sociaal gedrag

Hang je je jas aan de kapstok omdat de juf het vraagt? Lach je om een vriendin die uitglijdt? Loop je met slaande deuren weg na een ruzie? In elk geval reageer je op iets wat een ander deed of zei.

Sociaal gedrag	gedrag dat betrekking heeft op andere mensen.
Prosociaal gedrag	gedrag dat erop gericht is anderen te helpen, en hun welzijn te bevorderen. Alle vormen van solidariteit. Bijvoorbeeld: geld geven na een ramp, een klasgenoot uitleg geven, als vrijwilliger werken.
Antisociaal gedrag	gedrag tegenover anderen dat niet helpend is, of hen schaadt. Bijvoorbeeld: pesten, discrimineren, vandalisme (les 4 en 5).

Volgens de Vlaamse psychiater Paul Verhaeghe zit prosociaal gedrag in onze natuur: mensen zijn van nature geneigd om elkaar te helpen. Wel kan de manier waarop de media vooral negatief nieuws brengen, een ander beeld geven.

Wie helpen we?

Wie we helpen, hangt mee af van de principes uit hoofdstuk 6.

- **Categorisering**: mensen uit onze **ingroup** helpen we sneller dan mensen uit een outgroup.
- **Vooroordelen**: wie een negatief gevoel oproept (bijvoorbeeld een dakloze), wordt minder snel geholpen.
- **Het halo-effect**: aan knappe, verzorgde mensen schrijven we ook andere positieve eigenschappen toe, en we helpen ze sneller.

Het omstanderseffect

In 1968 deden de Amerikaanse psychologen John Darley en Bibb Latané een bekend experiment. Studenten vulden in een kamer een vragenlijst in. Na een tijdje kwam er rook door een ventilatieopening. Wie **alleen** in de kamer zat, meldde de rook meestal snel. Wie samen zat met twee andere "studenten" (eigenlijk medewerkers van de onderzoekers) die rustig verder werkten, meldde ze bijna nooit: ze bleven in de rook zitten.

> **DEFINITIE**
> Het **omstanderseffect** betekent dat mensen in een noodsituatie minder snel helpen, naarmate er meer omstanders zijn.

Twee verklaringen:

- Je voelt je **minder verantwoordelijk**: "iemand anders zal wel helpen".
- Je kijkt naar de **anderen** om te weten wat er aan de hand is. Doet niemand iets, dan denk je dat het niet zo erg is, of ben je bang om je belachelijk te maken.

Het omgekeerde omstanderseffect

Toch is het niet altijd zo. In een **echt gevaarlijke** situatie, waarin de omstanders met elkaar kunnen **praten**, werkt het soms omgekeerd: met meer omstanders is er meer kans dat iemand helpt, omdat ze elkaar steunen en samen sterker staan. Onderzoekers die camerabeelden van ruzies op straat in verschillende landen bekeken, zagen dat er in bijna elke ruzie minstens één omstander tussenkwam, en vaker naarmate er meer omstanders waren.

> **DEFINITIE**
> Het **omgekeerde omstanderseffect** betekent dat mensen in een levensgevaarlijke situatie, waarin de omstanders met elkaar kunnen communiceren, net sneller helpen naarmate er meer omstanders zijn.

Op de speelplaats wordt een leerling al weken uitgelachen door een groepje. Veel leerlingen zien het. Niemand doet iets.

Vraag 2 **Leg met het omstanderseffect uit waarom niemand ingrijpt. Wat zou kunnen helpen om het te doorbreken?**

Philpot, R. e.a. (2019): Would I be helped? Cross-national CCTV footage shows that intervention is the norm in public conflicts

Les 3: Waarom helpen we?

Wat moet je kunnen?

- ✓ De sociale uitwisselingstheorie en de empathie-altruïsmehypothese uitleggen en herkennen
- ✓ Uitleggen dat altruïsme ook nadelige gevolgen kan hebben

Wat denk jij?

Op de Olympische Spelen van 2021 liepen de Nederlander Abdi Nageeye en de Belg Bashir Abdi, allebei geboren in Somalië en goede vrienden, samen in de kopgroep van de marathon. In de laatste kilometer kreeg Abdi kramp. Nageeye, die iets voorop liep, keek om, vertraagde, wuifde zijn vriend naar zich toe en moedigde hem aan. Nageeye won zilver, Abdi brons. Abdi zei achteraf dat hij zonder zijn vriend waarschijnlijk niet op het podium was geraakt.

Vraag 1 **Waarom deed Nageeye dat, denk je? Hij riskeerde er zijn eigen medaille mee.**

Eigenbelang of empathie?

Sociale uitwisselingstheorie	we helpen uit **eigenbelang**. We maken (bewust of onbewust) een afweging: als de **baten** (iets terugkrijgen, je goed voelen, aanzien) groter zijn dan de **kosten** (tijd, geld, gevaar), helpen we. Bijvoorbeeld: "Als ik mijn oefeningen wiskunde deel met een klasgenoot, zal zij haar taak Nederlands wel met mij delen."
Empathie-altruïsmehypothese	we helpen ook **belangeloos**, uit **empathie**: we voelen mee met de ander, en willen dat het hem beter gaat, zonder er iets voor terug te verwachten. Dat heet **altruïsme**. Bijvoorbeeld: een klasgenoot is lang ziek geweest. Je geeft je middagpauze op om haar notities in orde te brengen, omdat je weet hoe vervelend ze het vindt om achter te staan.

De Amerikaanse psycholoog Daniel Batson toonde in experimenten dat mensen die veel empathie voelen, ook helpen als ze er makkelijk onderuit kunnen. Dat wijst erop dat zuiver altruïsme bestaat. Maar in het dagelijks leven spelen vaak **beide** motieven tegelijk.

Als helpen schaadt

Altruïsme heeft niet altijd alleen goede gevolgen, ook niet voor wie helpt. Wie iemand probeert te redden die niet kan zwemmen, verdrinkt soms zelf. Wie tussenkomt in een vechtpartij, krijgt soms zelf klappen. Helpen is dus belangrijk, maar het is ook goed om in te schatten wat je veilig kunt doen: soms is hulp gaan halen of 112 bellen de beste hulp.

Oefenen

Vraag 2 **Helpt de persoon vooral uit eigenbelang (sociale uitwisselingstheorie) of uit empathie (empathie-altruïsmehypothese)?**

Kies uit: Empathie-altruïsmehypothese · Sociale uitwisselingstheorie

1. Yasmine helpt haar buurman met zijn tuin, omdat ze weet dat hij haar dan zijn auto leent.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

2. Na een overstroming gaat Tom zonder dat iemand het vraagt een week modder ruimen bij onbekenden.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

3. Lars geeft bloed, omdat hij er een vrije dag voor krijgt.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

4. Nadia blijft bij een huilende kleuter die zijn mama kwijt is, tot de mama terug is.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

Vraag 3 **Geef een voorbeeld uit je eigen leven of uit het nieuws van iemand die hielp terwijl het hem iets kostte. Was het eigenbelang, empathie, of allebei?**

_____

_____

_____

Les 4: Discriminatie en seksisme

Wat moet je kunnen?

- ✓ De drie componenten van een attitude uitleggen, met stereotype, vooroordeel en discriminatie
- ✓ Gronden van discriminatie herkennen, en uitleggen wat een praktijktest is
- ✓ Seksisme en het glazen plafond uitleggen, en een standpunt innemen over quota

Wat denk jij?

Twee kandidaten sturen hetzelfde cv naar een werkgever, met dezelfde diploma's en dezelfde ervaring. Het enige verschil is de naam: de ene heet Tom Peeters, de andere Mohamed El Amrani.

Vraag 1 **Denk je dat ze evenveel kans hebben om uitgenodigd te worden? Waarom wel of niet?**

Van gedachte tot gedrag

Hoe we met anderen omgaan, wordt bepaald door onze **attitudes**: onze houding tegenover een persoon of groep. Die leer je via socialisatie, thuis en op school. Een attitude heeft drie componenten, die je deels al kent uit hoofdstuk 6.

Component	Wat?	Voorbeeld
Cognitief	een gedachte, een opinie: een **stereotype**	"Alle jongeren uit die wijk zijn dieven."
Affectief	een gevoel: een **vooroordeel**	"Jij komt uit die wijk, dus jij bent een dief."
Conatief	gedrag: **discriminatie**	"Jij komt uit die wijk, dus aan jou leen ik niets uit."

DEFINITIE
Discriminatie is iemand anders (meestal slechter) behandelen omdat hij tot een bepaalde groep behoort, bijvoorbeeld door zijn afkomst, geslacht, leeftijd, geloof, seksuele geaardheid of een beperking.

In België is discriminatie op grond van onder meer afkomst, geslacht, leeftijd, geloof, seksuele geaardheid en handicap **bij wet verboden**. Unia, het interfederaal gelijkekansencentrum, behandelt klachten.

Discriminatie aantonen: praktijktests

Hoe kun je bewijzen dat iemand discrimineert? Met een **praktijktest**: je stuurt twee kandidaten die in alles gelijk zijn, behalve in één kenmerk (de naam, de leeftijd), en kijkt of ze anders behandeld worden. Je herkent de opzet van een **experiment** (hoofdstuk 3, les 9).

Vraag 2 **Hoe zou je een praktijktest opzetten om discriminatie op de huurmarkt aan te tonen? Wat zijn de voor- en de nadelen van zo'n test?**

Seksisme

> **DEFINITIE**
> **Seksisme** is discriminatie op basis van iemands geslacht.

De verwachtingen tegenover vrouwen zijn sterk veranderd: van het huishouden naar de arbeidsmarkt, en naar gelijkheid voor iedereen. De Belgische grondwet legt de gelijkheid van vrouwen en mannen vast. Toch zijn vrouwen in de **top** van bedrijven en de politiek nog altijd ondervertegenwoordigd. Men spreekt van een **glazen plafond**: een onzichtbare grens die vrouwen verhindert om door te stoten naar de hoogste functies.

Om dat te doorbreken, werkt de overheid soms met **quota**. Sinds 2011 moet bijvoorbeeld minstens een derde van de leden van de raad van bestuur van beursgenoteerde bedrijven een vrouw zijn.

Vraag 3 **Zijn quota een goed idee om discriminatie tegen te gaan? Geef een argument voor en een argument tegen, en neem dan zelf een standpunt in.**

Oefenen

Vraag 4 **Is dit een stereotype, een vooroordeel of discriminatie?**

Kies uit: Discriminatie · Stereotype · Vooroordeel

1. "Vrouwen kunnen niet leidinggeven."

   Antwoord: _____ Waarom? _____

2. "Jij bent een vrouw, dus jij zult wel te emotioneel zijn voor die job."

   Antwoord: _____ Waarom? _____

3. Een werkgever kiest altijd een man als ploegbaas, ook als een vrouw beter is.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

4. Een café laat jongeren met een kap niet binnen.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

Les 5: Racisme, en hoe het minder wordt

Wat moet je kunnen?

- ✓ Uitleggen wat racisme is, en hoe de wet het aanpakt
- ✓ De contacttheorie van Allport uitleggen, met de vier voorwaarden
- ✓ Met voorbeelden uitleggen hoe vooroordelen tussen groepen kunnen afnemen

Wat denk jij?

Vraag 1 **Denk aan iemand met een andere achtergrond dan jij, die je goed hebt leren kennen: op school, in een sportclub, in je straat. Veranderde dat iets aan hoe je over zijn of haar groep dacht?**

Racisme

> **Definitie**
> **Racisme** is discriminatie op basis van afkomst, huidskleur, nationaliteit of zogenaamd "ras".

In België is racisme sinds 1981 **bij wet verboden** (de antiracismewet, of de wet-Moureaux). Toch komt het nog veel voor, op de huurmarkt, op de arbeidsmarkt, op school, op het voetbalveld en online. Je zag het al in de taak over de reportage **De verdeelde klas** (hoofdstuk 2).

Hoe pak je het aan? Een straf alleen verandert iemands houding vaak niet. Daarom kan het parket sinds 2021 wie de antiracismewet overtreedt, een **leertraject** aanbieden in Kazerne Dossin in Mechelen, een herdenkingsplaats en museum over de Holocaust. Wie het traject volgt, praat met begeleiders, krijgt een rondleiding en denkt na over zijn eigen gedrag. In 2025 volgden 36 mensen zo'n traject, verwezen door het gerecht of door de voetbalbond.

VRT NWS (2026): bericht over de leertrajecten in Kazerne Dossin (juni 2026)

De contacttheorie van Allport

De Amerikaanse psycholoog Gordon Allport onderzocht in 1954 hoe vooroordelen kunnen afnemen. Zijn antwoord: door **contact** tussen groepen. Maar niet elk contact helpt.

DEFINITIE

Volgens de **contacttheorie** van Allport verminderen vooroordelen tussen groepen als leden van die groepen met elkaar in contact komen, op voorwaarde dat ze een **gelijke status** hebben, een **gemeenschappelijk doel** nastreven, **samenwerken** (geen concurrentie), en dat het contact **gesteund** wordt door de omgeving (de school, de wet, de leiding).

Later onderzoek, dat honderden studies samenbracht, bevestigde het: contact tussen groepen vermindert vooroordelen, vooral onder die voorwaarden. Het leidt tot meer **vertrouwen** tussen de groepen, en meer **behulpzaamheid**.

Het experiment van Robbers Cave

In 1954 nam de Turks-Amerikaanse psycholoog Muzafer Sherif 22 jongens van ongeveer twaalf jaar mee op zomerkamp in Robbers Cave, in de Verenigde Staten. Hij verdeelde ze in twee groepen, die elkaar eerst niet kenden. Toen de groepen in wedstrijden tegen elkaar moesten **strijden** (om prijzen), ontstond er al snel vijandigheid: scheldwoorden, gestolen vlaggen, vechtpartijen. Gewoon samen eten of naar een film kijken hielp niet. Wat wel hielp: opdrachten die de twee groepen alleen **samen** konden oplossen, zoals een kapotte watervoorziening herstellen of samen een vastgereden vrachtwagen wegtrekken.

Vraag 2 **Leg met de vier voorwaarden van Allport uit waarom de vijandigheid in Robbers Cave verdween. Denk ook aan de buddyprojecten uit les 1: welke voorwaarden zie je daar?**

Een gebaar tegen racisme

In 2016 ging de Amerikaanse footballspeler Colin Kaepernick op één knie zitten tijdens het volkslied, voor de wedstrijd. Hij protesteerde zo tegen politiegeweld tegen zwarte Amerikanen. Hij kreeg veel kritiek, en verloor zijn plaats in de competitie. Maar zijn gebaar werd wereldwijd overgenomen, ook in het Europese voetbal.

Vraag 3 **Zoek in de media een andere situatie waarin een sporter of een club een gebaar stelde tegen racisme. Beschrijf de context, en hoe mensen reageerden.**

Oefenen

Vraag 4 **Welke voorwaarde van Allport ontbreekt hier het duidelijkst?**

Kies uit: Gelijke status · Gemeenschappelijk doel · Samenwerking · Steun

1. Leerlingen uit twee scholen moeten samen een toneel maken, maar de ene school mag alles beslissen.

   Antwoord: Waarom?

2. Twee groepen in een jeugdhuis delen een lokaal, maar doen elk hun eigen ding.

   Antwoord: Waarom?

3. Twee klassen nemen het tegen elkaar op in een quiz, met een prijs voor de winnaar.

   Antwoord: Waarom?

4. Een uitwisseling met een andere school wordt door de directie tegengewerkt.

   Antwoord: Waarom?

Les 6: De groep en de druk

Wat moet je kunnen?

- ✓ Uitleggen wat sociale normen en sociale cohesie zijn
- ✓ Conformisme uitleggen, met het experiment van Asch en het kameleoneffect
- ✓ De redenen voor conformisme herkennen, en uitleggen dat groepsdruk positief en negatief kan zijn

Wat denk jij?

Vraag 1 **Heb je ooit iets gedaan, of net niet gedaan, alleen omdat de rest van de groep het deed? Denk aan kleren, muziek, een uitspraak, een uitdaging.**

Groepen en hun normen

Je hoort bij veel groepen tegelijk: je gezin, je klas, je school, je vriendengroep, je sportclub. Elke groep heeft eigen ongeschreven regels. Je kent normen al uit hoofdstuk 1.

> **DEFINITIE**
> **Sociale normen** zijn de ongeschreven regels die binnen een groep gelden: hoe je je hoort te gedragen, wat je zegt, wat je draagt.

Sommige normen zijn **algemeen** (over politiek, geloof, alcohol), andere **specifiek** (welke kleren je draagt, hoe je elkaar begroet, of je je emoties toont). In een nieuwe groep zoek je ze uit door te kijken naar wat iedereen doet (**uniformiteit**), en naar wat er gebeurt als iemand de regels overtreedt (**negatieve gevolgen**: uitgelachen worden, er niet meer bij horen).

Hoe sterker de band in een groep, hoe beter ze samen doelen bereikt. Die band heet **sociale cohesie**. Ze geeft je een **sociale identiteit** (een "wij", hoofdstuk 6), en helpt om samen iets te realiseren, van een schoolfeest tot een actie voor het klimaat.

Vraag 2 **Kies een groep waar je bij hoort. Geef twee sociale normen van die groep. Hoe leerde je ze kennen?**

Conformisme

> **DEFINITIE**
> **Conformisme** is je gedrag aanpassen aan de normen van de groep, zonder dat iemand het je uitdrukkelijk vraagt (impliciete groepsdruk).

In 1951 deed Solomon Asch, die je kent van de eerste indruk (hoofdstuk 6), een beroemd experiment. Een proefpersoon zat in een groep van zeven à negen "studenten". Ze kregen kaarten te zien met lijnen, en moesten zeggen welke lijn even lang was als een voorbeeldlijn. Het antwoord was telkens overduidelijk. Maar de andere "studenten" waren medewerkers van Asch, en gaven bij sommige vragen allemaal **hetzelfde foute** antwoord. Wat deed de proefpersoon? Gemiddeld volgde hij de groep bij **ongeveer een derde** van die vragen, en drie op de vier proefpersonen gaven minstens één keer het foute antwoord van de groep.

Conformisme gebeurt soms **bewust**, maar vaak **onbewust**. Je kent het **kameleoneffect** al uit hoofdstuk 2 (les 4): je neemt ongemerkt de houding, de gebaren en de woorden van de mensen rond je over. Dat is ook een vorm van conformisme.

Waarom passen we ons aan?

- We staan er **niet bij stil**: we volgen de regels zonder nadenken.
- Het is een **bewuste, vrije keuze**: we vinden de regel goed.
- We zijn **bang** voor de gevolgen: uitgelachen of buitengesloten worden (bewust, maar niet vrijwillig).
- We willen **aardig gevonden** worden. Dat is de belangrijkste drijfveer achter het kameleoneffect.

Groepsdruk: goed of slecht?

Groepsdruk is niet altijd slecht. Ze is **negatief** als je in een gevaarlijke of oneerlijke situatie blind de groep volgt: drinken omdat iedereen drinkt, meelachen met iemand die gepest wordt. Ze is **positief** als ze je helpt om samen iets goeds te doen: studeren omdat je vrienden ook studeren, sorteren omdat iedereen in de straat het doet.

Vraag 3 **Beschrijf een situatie waarin je met conformisme of groepsdruk te maken kreeg en die je als positief ervaarde, en een situatie die je als negatief ervaarde.**

Oefenen

Vraag 4 **Waarom past de persoon zich aan?**

Kies uit: Aardig gevonden willen worden · Angst voor de gevolgen · Een bewuste, vrije keuze · Er niet bij stilstaan

1. Op een nieuwe school draagt Sam dezelfde merkschoenen als iedereen, omdat ze hem anders uitlachten.

   Antwoord: Waarom?

2. Lotte sorteert haar afval, omdat ze het zelf belangrijk vindt voor het milieu.

   Antwoord: Waarom?

3. Zonder het te merken praat Ilias na een week bij zijn Nederlandse neven met een Nederlands accent.

   Antwoord: Waarom?

4. Iedereen gaat in de rij staan aan de kassa, en Fatima ook, zonder erbij na te denken.

   Antwoord: Waarom?

Les 7: Gehoorzamen, en macht

Wat moet je kunnen?

- ✓ Gehoorzaamheid uitleggen, en het verschil met conformisme
- ✓ Het experiment van Milgram beschrijven, en verklaren waarom mensen gehoorzamen
- ✓ De gevolgen van macht uitleggen, en hoe je ze kunt beperken

Wat denk jij?

Vraag 1 **Een leerkracht vraagt je om iets te doen wat je echt niet juist vindt, bijvoorbeeld een klasgenoot voor de hele klas belachelijk maken. Zou je het doen? Waarom wel of niet?**

Gehoorzaamheid

> **Definitie**
> **Gehoorzaamheid** is je gedrag aanpassen omdat een autoriteit (iemand met gezag) het je beveelt.

Het verschil met conformisme (les 6): bij **conformisme** vraagt niemand je iets, je past je vanzelf aan de groep aan (**impliciete** druk). Bij **gehoorzaamheid** krijg je een uitdrukkelijk bevel (**expliciete** druk).

Gehoorzaamheid leer je via socialisatie: thuis, op school, in de sport. Ze is vaak nuttig: een samenleving zonder enige gehoorzaamheid aan regels en gezag werkt niet. Maar ze kan ook gevaarlijk zijn.

Het experiment van Milgram

In 1961 vroeg de Amerikaanse psycholoog Stanley Milgram gewone mannen om mee te werken aan een onderzoek "over leren". De proefpersoon kreeg de rol van "leraar". In een andere kamer zat een "leerling", vastgebonden aan een stoel met elektroden. Telkens als de leerling een fout maakte, moest de leraar hem een elektrische schok geven, telkens 15 volt sterker, tot 450 volt.

De leerling was een acteur, en de schokken waren niet echt. Maar dat wist de proefpersoon niet. Hij hoorde de leerling kreunen, roepen dat hij wilde stoppen, en daarna niets meer. Als de proefpersoon twijfelde, zei de onderzoeker in een witte jas alleen kalm: "Het experiment vereist dat u doorgaat."

Vooraf voorspelden psychiaters dat maar een heel kleine minderheid tot het einde zou gaan. In werkelijkheid ging bijna **twee derde** van de proefpersonen door tot 450 volt.

Vraag 2 **Waarom gingen zoveel gewone mensen zo ver? Geef twee verklaringen. Wat vind je ervan dat Milgram zijn proefpersonen zo misleidde?**

Macht

Ook wie **macht** heeft, verandert. De Amerikaanse psycholoog Dacher Keltner onderzocht dat. Wie macht heeft:

- denkt meer aan zijn **eigen belang**, en wordt egocentrischer;
- staat zichzelf **meer vrijheden** toe, en neemt sneller **risico's**;
- is soms beter in het zoeken van oplossingen, maar ziet anderen vooral als **middel** om een doel te bereiken;
- overtreedt sneller **sociale normen**;
- heeft **minder empathie**, en gedraagt zich **impulsiever**.

Een bekend experiment van Keltner is het **koekjesexperiment**. Groepjes van drie studenten moesten samen een opdracht maken; één van hen kreeg (door loting) de leiding. Na een tijdje kwam er een bord met vijf koekjes binnen. Iedereen nam er één. Wie nam het vierde koekje? Meestal degene die de leiding had gekregen, en die at het ook vaak met open mond en kruimels op tafel.

Macht beperken

Hoe voorkom je dat macht slecht uitpakt? De Vlaamse managementprofessor Marc Buelens geeft drie tips:

- Wie macht heeft, kan zich omringen met mensen die hem durven **tegenspreken**.
- Maak vooraf goede **afspraken**: wanneer moet je stoppen en nadenken?
- Laat anderen **meekijken**: wie weet dat hij gecontroleerd wordt, misbruikt zijn macht minder snel.

Oefenen

Vraag 3 **Is dit conformisme of gehoorzaamheid?**

Kies uit: Conformisme · Gehoorzaamheid

1. De trainer zegt dat je nog tien rondjes moet lopen, en je doet het.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

2. Iedereen in de klas draagt een bepaalde jas, en jij koopt hem ook.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

3. Een agent zegt dat je je fiets moet afstappen, en je stapt af.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

4. Op een fuif gaat iedereen dansen, en jij danst mee.

   Antwoord: _____ Waarom? _____

Les 8: Influencers

Wat moet je kunnen?

- ✓ Uitleggen hoe influencers het zelfbeeld van jongeren kunnen beïnvloeden
- ✓ De commerciële invloed van influencers uitleggen, en kritische vragen stellen bij de influencercultuur

Wat denk jij?

Vraag 1 **Welke influencer volg jij, of welke ken je? Heb je ooit iets gekocht, gedragen of gezegd omdat een influencer het deed?**

Influencers en je zelfbeeld

Op Instagram en TikTok zie je vooral de mooiste momenten, vaak bewerkt met filters. Wie zich daar voortdurend mee vergelijkt, gaat zichzelf minder mooi vinden: sociale vergelijking kan je zelfbeeld en je mentaal welbevinden aantasten (hoofdstuk 5).

Onderzoek toont dat jongeren die meer tijd op sociale media doorbrengen, gemiddeld een **slechter lichaamsbeeld** hebben, en vaker somber of angstig zijn. Maar let op: dat is een **correlatie** (hoofdstuk 4, les 8). Misschien maken sociale media je onzekerder, misschien zoeken onzekere jongeren meer bevestiging online, en misschien speelt een derde factor mee.

Sommige landen nemen maatregelen. In Engeland mogen jongeren onder de achttien sinds 2021 geen botox of fillers meer laten zetten om cosmetische redenen. Aanleiding was onder meer het "Instagramgezicht": jongeren die eruit willen zien als de bewerkte foto's van influencers.

Vraag 2 **Begrijp je dat jongeren eruit willen zien als hun favoriete influencer? Welk principe van sociale cognitie zit erachter? Wat zou je een jongere aanraden die zich er slecht door voelt?**

Influencers en reclame

Influencers hebben een grote **commerciële** invloed: veel jongeren kochten al iets omdat een influencer het aanprees. Bedrijven betalen influencers daarvoor, of geven hun gratis producten. Dat werkt goed, omdat het niet als gewone reclame aanvoelt: je hebt het gevoel dat een "vriend" je iets aanraadt.

In België moeten influencers duidelijk vermelden wanneer een bericht **reclame** is, bijvoorbeeld met "#reclame" of "#ad". Op TikTok is de reclame vaak minder duidelijk dan op Instagram: een product wordt "toevallig" gebruikt in een filmpje, zonder dat het als promotie voorgesteld wordt.

Vraag 3 **Zoek zelf een voorbeeld van de invloed van een influencer op het gedrag, de ideeën of het taalgebruik van jongeren. Welke kritische vragen kun je stellen bij de influencercultuur?**

Les 9: Mag dat wel? Ethiek in onderzoek

Wat moet je kunnen?

- ✓ De afspraken van onderzoeksethiek uitleggen, en toepassen op bekende experimenten
- ✓ Uitleggen wanneer misleiding in onderzoek kan, en wat een debriefing is
- ✓ Een eigen onderzoeksplan toetsen aan de afspraken van onderzoeksethiek

Wat denk jij?

In dit hoofdstuk zag je drie bekende experimenten: de kamer die volliep met rook (les 2), de lijnen van Asch (les 6) en de schokken van Milgram (les 7). In alle drie werden de proefpersonen misleid.

Vraag 1 **Welk van de drie vind jij het minst aanvaardbaar? Waarom?**

Wat vonden de proefpersonen van Milgram?

Milgram beschreef zelf hoe zwaar het experiment was voor de proefpersonen. Velen zweetten, beefden, stotterden of lachten nerveus. Bij enkelen werd de spanning zo groot dat ze een aanval kregen.

Na het experiment vertelde Milgram de proefpersonen dat de schokken niet echt waren, en ze ontmoetten de "leerling", die niets mankeerde. Later stuurde hij hen een vragenlijst. De grote meerderheid zei dat ze blij waren dat ze hadden meegedaan, en dat ze er iets van geleerd hadden.

Toch kreeg Milgram veel kritiek. De psychologe Diana Baumrind schreef in 1964 dat hij zijn proefpersonen schade had berokkend: ze ontdekten over zichzelf dat ze bereid waren een ander pijn te doen. Dat beeld neem je mee naar huis. Mede door zulke experimenten kwamen er strenge afspraken.

De afspraken van onderzoeksethiek

DEFINITIE

Onderzoeksethiek is het geheel van afspraken over wat een onderzoeker mag en niet mag tegenover de mensen die meedoen aan zijn onderzoek.

Geen schade	het onderzoek mag de deelnemers geen lichamelijke of psychische schade doen. Een beetje ongemak mag, langdurige angst of schaamte niet.
Vrijwillig	niemand wordt verplicht, en je mag op elk moment stoppen, zonder gevolgen.
Geïnformeerde toestemming	de deelnemers weten vooraf genoeg over het onderzoek (wat ze moeten doen, hoe lang, welke risico's) om te kunnen kiezen of ze meedoen, en ze geven daar uitdrukkelijk toestemming voor. Bij jongeren onder 18 jaar vragen onderzoekers meestal ook toestemming aan de ouders.
Anoniem en vertrouwelijk	niemand kan achteraf weten wat één deelnemer antwoordde of deed. De gegevens worden veilig bewaard.
Misleiding	soms kun je niet alles vooraf vertellen, omdat het gedrag dan verandert (zoals bij Asch). Dat mag alleen als het echt niet anders kan, als het geen schade doet, en met een **debriefing**: na afloop vertelt de onderzoeker de deelnemers wat er werkelijk onderzocht werd, en waarom ze misleid werden.

Aan universiteiten en ziekenhuizen keurt een **ethische commissie** elk onderzoek met mensen vooraf goed. Zonder die goedkeuring mag het niet beginnen.

Milgram vandaag

Kan een experiment als dat van Milgram vandaag nog? De Amerikaanse psycholoog Jerry Burger probeerde het in 2009, met een paar belangrijke aanpassingen:

- Hij **selecteerde** de proefpersonen: wie kwetsbaar leek (bijvoorbeeld door angst of depressie), deed niet mee.
- Hij zei hen **drie keer** dat ze mochten stoppen, en dat ze hun vergoeding toch zouden krijgen.
- Het experiment **stopte bij 150 volt**: het moment waarop de "leerling" voor het eerst riep dat hij wilde stoppen. Wie daar verder wilde gaan, zou bij Milgram meestal tot het einde gegaan zijn.
- Meteen na afloop volgde een **debriefing**.

Het resultaat: ongeveer **70 %** van de proefpersonen wilde na 150 volt verder gaan, bijna evenveel als bij Milgram.

Vraag 2 **Welke afspraken van onderzoeksethiek respecteerde Burger beter dan Milgram? Vind je dat Burgers experiment nu wel aanvaardbaar was? Waarom (niet)?**

Oefenen

Vraag 3 **Welke afspraak van onderzoeksethiek wordt hier geschonden?**

Kies uit: Anoniem en vertrouwelijk · Debriefing · Geen schade · Geïnformeerde toestemming · Vrijwillig

1. Een leerling filmt stiekem zijn klasgenoten op de speelplaats en zet de video in zijn verslag.

   Antwoord: Waarom?

2. Een onderzoeker zegt tegen een deelnemer die wil stoppen: "Je moet echt verder doen, anders is het onderzoek mislukt."

   Antwoord: Waarom?

3. In een verslag staat: "Het meisje uit 4HW met het rode haar zei dat ze vaak gepest wordt."

   Antwoord: Waarom?

4. Na een experiment met een valse slechte score op een test gaan de deelnemers naar huis zonder te horen dat de score verzonnen was.

   Antwoord: Waarom?

5. Leerlingen moeten voor een onderzoek een heel uur in een kamer zitten terwijl er luid geschreeuwd wordt, om te zien hoe gestrest ze worden.

   Antwoord: Waarom?

Portfolio, deel 7: de ethische check

Vraag 4 **Neem een onderzoek dat je dit jaar in je portfolio bedacht (je observatie, je experiment of je vragenlijst). Toets het aan de vijf afspraken: wat doe je concreet om ze te respecteren? Schrijf daarna de drie of vier zinnen die je de deelnemers vooraf vertelt, zodat ze geïnformeerd toestemming kunnen geven.**

Vaktermen

Antisociaal gedrag

Gedrag tegenover anderen dat niet helpend is, of hen schaadt.

Conformisme

Je gedrag aanpassen aan de normen van de groep, zonder dat iemand het je uitdrukkelijk vraagt (impliciete groepsdruk).

Contacttheorie

Vooroordelen tussen groepen verminderen door contact, als de groepen een gelijke status hebben, een gemeenschappelijk doel nastreven, samenwerken en gesteund worden (Allport).

Debriefing

Na afloop van een onderzoek vertelt de onderzoeker de deelnemers wat er werkelijk onderzocht werd, en waarom ze eventueel misleid werden.

Discriminatie

Iemand anders (meestal slechter) behandelen omdat hij tot een bepaalde groep behoort.

Empathie-altruïsmehypothese

We helpen ook belangeloos, uit empathie, zonder iets terug te verwachten (altruïsme).

Formule van Lewin

Gedrag (G) is het resultaat van een wisselwerking tussen de persoon (P) en de omgeving (O); $G = P \times O$.

Gehoorzaamheid

Je gedrag aanpassen omdat een autoriteit het je beveelt (expliciete druk).

Geïnformeerde toestemming

De deelnemers weten vooraf genoeg over het onderzoek om te kiezen of ze meedoen, en geven daar uitdrukkelijk toestemming voor.

Omgekeerde omstanderseffect

In een levensgevaarlijke situatie waarin omstanders met elkaar kunnen communiceren, helpen mensen net sneller naarmate er meer omstanders zijn.

Omstanderseffect

In een noodsituatie helpen mensen minder snel naarmate er meer omstanders zijn.

Onderzoeksethiek

De afspraken over wat een onderzoeker mag en niet mag tegenover de mensen die meedoen aan zijn onderzoek.

Prosociaal gedrag

Gedrag dat erop gericht is anderen te helpen en hun welzijn te bevorderen.

Racisme

Discriminatie op basis van afkomst, huidskleur, nationaliteit of zogenaamd "ras".

Seksisme

Discriminatie op basis van iemands geslacht.

Sociaal gedrag

Gedrag dat betrekking heeft op andere mensen.

Sociale normen

De ongeschreven regels die binnen een groep gelden.

Sociale uitwisselingstheorie

We helpen uit eigenbelang, als de baten (iets terugkrijgen, aanzien) groter zijn dan de kosten.